

## 1 国民年金などの公的年金の概要

- (1) 日本に住む20歳以上60歳未満の方は、外国人の方を含めて国民年金に加入し、保険料を納めることが法律で義務づけられています。
- (2) 公的年金は社会全体で支えあう世代間扶養の仕組みで成り立っています。
- (3) 公的年金には、老齢年金のほか、万が一の場合に支給される障害年金や遺族年金もあります。
- (4) 国民年金では、受け取る年金額の一部を国が負担しています。
- (5) 公的年金で納めた保険料は、全額、社会保険料控除の対象になります。

## 2 月々の保険料

令和2年4月分から令和3年3月分の国民年金の月々の保険料は16,540円です。  
 保険料は、銀行等の金融機関、郵便局、コンビニエンスストア等の窓口で現金による納付のほか、口座振替、クレジットカードやインターネットバンキング等で納付できます。

## 3 国民年金から支給される年金給付

- (1) 老齢基礎年金  
国民年金の保険料を10年以上納めたなどの条件を満たした方に、原則65歳から支給されます。
- (2) 障害基礎年金  
国民年金に加入中に初診日のある病気やケガにより、障害等級1級又は2級に該当する障害の状態にある場合は、障害基礎年金が支給されます。
- (3) 遺族基礎年金  
国民年金に加入の方が亡くなった場合は、その方に生計を維持されていた遺族（子のある配偶者、又は子）に遺族基礎年金が支給されます。

詳しくは、住所地の市町村役場の国民年金担当窓口または年金事務所にお問い合わせください。

日本年金機構ホームページ <https://www.nenkin.go.jp/international/index.html>

検索

年金の加入に関する一般的なお問い合わせは「ねんきん加入者ダイヤルへ」

0570-003-004 (ナビダイヤル)



050 で始まるお電話でおかけになる場合 (東京) 03-6630-2525 (一般電話)

受付時間：月～金曜日 午前8：30～午後7：00

第2土曜日 午前9：30～午後4：00

※祝日 (第2土曜日を除く)、12月29日～1月3日はご利用いただけません。

日本に住む20歳以上60歳未満の方は、外国人の方を含めて、日本の公的年金制度である国民年金制度に加入し、保険料を納めることが法律により義務づけられています。(滞在期間に関わらず、日本国内に住所を有する方は日本の公的年金制度である国民年金制度に加入し、保険料を納めることが法律により義務づけられています。)

しかし、保険料を支払うことが経済的に困難な場合、毎年の申請により保険料の支払いが「免除」または「猶予」される申請手続きをすることができます。前年所得などを審査して承認された場合は、保険料の支払いが「免除」または「猶予」されます。(この申請手続きは毎年必要です。)

この申請手続きを行うことで、あなたが将来年金を受け取る権利を確保するだけでなく、あなたが万が一、事故などにあい、障害を負ったときに障害基礎年金を受け取ることができる権利を確保することができます。

## ① 免除 (全額免除・一部免除) 申請

あなたやあなたの配偶者、世帯主それぞれの前年所得が一定額以下の場合や失業等の理由がある場合、申請により保険料の納付が全額免除または一部免除となります。(一部免除の場合、減額された保険料を納付しないと一部免除が無効となり、未納期間となりますので、必ず減額された保険料を納付してください。)

## ② 納付猶予申請

50歳未満の方(学生を除く)で、あなたやあなたの配偶者のそれぞれの前年所得が一定額以下の場合に、申請により保険料の納付が猶予されます。

## 【申請時の注意点】

- 申請する年度について  
免除等の1年度は7月～翌年6月までです。(7月から始まり翌年6月までの1年間です。)  
・翌年度も引き続き免除等の申請を希望する場合は、改めて7月に申請手続きが必要です。

## ● 免除等が申請できる期間

・過去の年度分……申請書が受理された月から2年1カ月前(すでに保険料が納付済の月を除く)まで。  
 ・今年度分 ……翌年6月(1月～6月に申請したときは、その年の6月)分まで。

ただし、1枚の申請書で申請できるのは、7月から次の年の6月までの12カ月間となりますので、必要に応じて複数回の申請書を提出してください。

※過去の年度分は2年1カ月前まで申請できますが、申請が遅れると障害年金を受け取れないなどの不利益が生じる場合がありますので、すみやかに申請をしてください。

## ● 添付書類

失業・倒産・事業の廃止などを理由として申請するときは、証明書類(雇用保険受給資格者証または雇用保険被保険者権職票のコピーなど)を添付してください。その他、必要な添付書類は、住所地の市区役所・町村役場の国民年金担当窓口または年金事務所へお尋ねください。

## ● マイナンバーにより各種手続きを行う場合

申請者本人が窓口で申請書を提出する場合は、マイナンバーカード(個人番号カード)を提示してください。お持ちでない場合は、以下の①および②を提示してください。

なお、郵送で申請書を提出する場合は、マイナンバーカードの表・裏両面または①および②のコピーを添付してください。

- ① マイナンバーが確認できる書類：通知カード、個人番号の表示がある住民票の写し
- ② 身元(実存) 確認書類：運転免許証、パスポート、在留カードなど

## 【申請書の提出先等】

- この申請書の提出先は、住所地の市役所・町村役場の国民年金担当窓口、または年金事務所(郵送による提出も可能)です。

※詳しくは、住所地の市町村役場の国民年金担当窓口または年金事務所にお問い合わせください。

**あなたが国民年金保険料の免除・納付猶予を申請する場合、申請書記入例が裏面にありますので、ご覧ください。**

# 記入例

国民年金保険料免除・納付猶予申請書の記入例です。国民年金保険料の免除・猶予を申請する場合、あなたが記入する部分は赤字の部分です。(日本語または英語 (アルファベット表記) で記入してください。数字はアラビア数字で記入してください。なお、記入内容が不明の場合、日本語での記載をお願いする場合があります。)

あなたが免除・納付猶予申請をするという意思表示の欄です。また、あなたの配偶者と世帯主の記入に漏れないこと、この申請に必要なあなたや、あなたの配偶者、世帯主に関する情報(所得情報等)の確認を日本年金機構に委任することを承諾する欄です。

・「提出年月日」、提出日時点の住民票の住所、あなたの氏名(パスポートに記載のアルファベット表記)を記入してください。

・マイナンバー(個人番号)または基礎年金番号を記入してください(基礎年金番号で申請する場合は左詰めで記入してください)。

・あなた、あなたの配偶者、世帯主(\*)を記入してください(今年度分を申請する場合は現在の、過去の年度分を申請する場合は、その申請期間の末日の時点のあなた、あなたの配偶者、世帯主を記入してください)。

(\*) 世帯主：住民票に登録されている世帯の世帯主

・あなた、あなたの配偶者、世帯主が申請年度の前年12月末時点で、16歳以上19歳未満の扶養親族がいる場合は「あり」、いない場合は「なし」に○をしてください。

・「あり」に○をした場合は16歳以上19歳未満の扶養親族の人数を記入してください。

・全額免除または納付猶予を翌年度以降も引き続き申請することをあなたが希望しない場合は、希望しませんに○をしてください。

また、今回納付猶予が承認された場合、次の年度で全額免除基準に該当する場合、その年度以降は全額免除を希望しない場合は、希望しませんに○をしてください。

※詳しくは、市区町村役場、年金事務所にお問い合わせください。

**国民年金保険料免除・納付猶予申請書**

提出年月日: 2020年 7月 1日

住所: TOKYO SUGINAMI-KU TAKAKIDORI-SHI 1-2-3

氏名: JOHN DOE

電話番号: 080-XXXX-XXXX

生年月日: 1990年 10月 1日

世帯主の氏名: JANE DOE

世帯主の生年月日: 1990年 10月 1日

配偶者の氏名: JAMES DOE

配偶者の生年月日: 1990年 10月 1日

申請年度: 2020年度分

免除区分: 1. 全額免除 (希望) 2. 納付猶予 (希望) 3. 4か月の3免除 (希望) 4. 半額免除 (希望) 5. 4か月の1免除 (希望)

扶養親族の人数: あり ○

・あなたの電話番号を記入してください。

・生年月日を記入してください。(西暦で記入してください)

・申請年度の1月1日時点で居住していた国が日本以外の場合には国名を記入してください。(例: あなたが現在は日本に居住、2020.1.1時点はアメリカ合衆国に居住していた場合は、あなたの氏名とアメリカ合衆国と記入してください。)

・あなたの配偶者があなたと国内で別世帯である場合、あなたの配偶者の個人番号を記入してください。

・あなたが免除・納付猶予を希望する年度を記入してください。

・免除・納付猶予での年度は、7月～翌年6月までです。

(例) 令和2年度分(2020年度分)  
⇒ 2020.7～2021.6

・過去の年度分は、申請書が受理された月から2年1か月前まで(すでに保険料が納付された月を除く)まで申請することができます。

・あなた、あなたの配偶者、世帯主が会社を辞めたこと等を理由として申請するときは、会社を辞めた翌日を記入してください。働いていた時の雇用保険の加入について、あり・なしに○をつけてください。ありの場合は失業を証明する書類を添付してください。

## 1. 일본 공적연금제도의 개요 : 국민연금제도

- (1) 일본에서 주민표를 작성한 20 세 이상 59 세 이하에 해당하는 분은 외국인을 포함해 모두 국민연금제도에 가입하고 보험료를 납부하는 것이 법률로 의무화되어 있습니다.
- (2) 공적연금제도(국민연금제도 포함)는 서로를 지원하는 세대간 부양이라는 체계로 성립되어 있습니다.
- (3) 공적연금제도에는 노령연금 이외에 만일의 예상치 못한 경제적인 어려움이 발생한 경우에 지급되는 장애연금이나 유족연금도 있습니다.
- (4) 국민연금제도는 수취할 연금 금액의 일부를 국가가 부담하고 있습니다.
- (5) 공적연금으로 납부한 보험료는 '사회보험료' 공제 대상이 됩니다.

## 2. 메달 보험료

2020 년 4 월분부터 2021 년 3 월분의 국민연금 메달 보험료는 16,540 엔입니다. 보험료 납부는 은행 등의 금융기관, 우체국, 편의점 등의 창구에서 현금으로 납부하시는 방법 이외에 계좌 이체, 인터넷, 신용 카드로 납부하실 수 있습니다.

## 3. 국민연금의 다양한 혜택

- (1) 노령기초연금  
국민연금을 10년 이상 납부하셔서 자격을 충족하신 분께는 원칙적으로 65세부터 노령기초연금이 지급됩니다.
- (2) 장애기초연금  
국민연금 가입 중에 병이나 부상에 의해 장애등급 1급 또는 2급에 해당하는 장애 판정을 받으신 분께는 장애기초연금이 지급됩니다.
- (3) 유족기초연금  
국민연금에 가입 중이신 분이 사망한 경우 사망 당시저에 의해 생계를 유지하던 자녀 부양 배우자 또는 자녀에게 유족기초연금이 지급됩니다.

자세한 내용은 연금 사무소 또는 거주하고 있는 시구청촌 사무소(국민연금 담당 창구)에 문의하시기 바랍니다.

일본연금기구 홈페이지 <https://www.nenkin.go.jp/international/index.html>

일본연금기구 검색

연금 가입에 관한 일반적인 질문은 전화로 문의해 주십시오.

‘연금 다이얼’ 0570-003-004 (발신자 부담)

전화 번호가 050으로 시작되는 전화를 사용하는 경우

03-6630-2525 (일반 통화요금)

영업 시간 : 월요일~금요일 오전 8:30~오후 7:00, 둘째 주 토요일 오전 9:30~오후 4:00  
휴무일 : 공휴일(둘째 주 토요일 제외), 12월 29일~1월 3일

## 국민연금 보험료 면제 및 납부 유예 신청에 관해서

[一般用]

일본에서 주민표를 작성한 20 세 이상 59 세 이하에 해당하는 분은 국적이나 체제 기간에 상관 없이 일본의 공적 연금 제도인 국민연금제도에 가입하고 보험료를 납부하는 것이 법률로 의무화되어 있습니다. 단, 보험료를 납부하는 것이 경제적으로 곤란한 경우 **메달 보험료 면제** 또는 **납부 유예**를 신청할 수 있습니다. 전년도 소득 등을 심사하여 승인될 경우는 **면제** 또는 **유예**됩니다. 이 신청 수속을 실시하는 것으로 장래 연금 수급권을 확보할 수 있을 뿐만 아니라, 만일의 사고 등으로 인해 장애를 입었을 때도 장애기초연금 수급권을 확보할 수 있습니다.

## (1) 보험료 납부의 전액 및 일부 면제의 신청

본인이나 배우자(동거하고 있지 않은 경우도 포함), 세대주 각각의 전년도 소득이 일정 금액 이하인 경우나 실업 등의 이유가 있는 경우 보험료의 전액 또는 일부 면제를 신청할 수 있습니다. 심사하여 자격이 있다고 인정되면 면제가 승인됩니다. 일부 면제의 경우 감액된 보험료를 납부하지 않으면 일부 면제가 무효화되어 미납과 동일시 취급되므로 주의하시기 바랍니다.

## (2) 보험료 납부 유예의 신청

50 세 미만인 신 분(학생 제외)중에서 본인이나 배우자(동거하고 있지 않은 경우도 포함) 각각의 전년도 소득이 일정액 이하인 경우에는 납부 유예를 신청하실 수 있습니다. 심사하여 자격이 있다고 인정되면 유예가 승인됩니다.

## 신청 시 주의 사항

- 신청 연도  
- 면제유예 해당 연도는 7월~다음 해 6월입니다.
- 다음 연도에도 면제 및 유예의 승인을 계속 희망하는 분은 매년 7월에 신청해야 합니다.

## ● 전년도와 금년도의 신청

- 전년도: 신청일로부터 25 개월전까지 소급해 면제유예를 신청할 수 있습니다. (해당 기간에 이미 보험료가 납부한 달이 있으면 납부한 보험료는 면제되지 않습니다.)
- 금년도: 금년도를 면제 및 유예 신청하는 경우에는 다음 해 6월분까지가 대상이 됩니다. 즉, 1월~6월 사이에 신청했을 경우에는 해당 연도의 6월분까지가 대상이 됩니다.
- 단, 신청서 1 정으로 7 월부터 다음 해 6 월까지 12 개월분을 신청할 수 있습니다. 그보다 더 긴 기간을 신청하고자 하는 경우에는 복수의 신청서를 제출하십시오.
- 주의 : 전년도분은 25 개월전까지 신청할 수 있지만 신청이 늦으면 장애연금을 받을 수 없는 경우가 있으므로 가능한 한 빨리 신청하여 연금 수급권을 확보하십시오.

## ● 필요한 서류

실업도산·폐업 등의 이유로 신청할 때는 증명서류(고용 보험 수급자격자증(Koyohoken Jukkyu Shikakusha Sho) 또는 고용 보험 피보험자 이직표(Koyohoken Hihokusha Rishohkhyo)의 복사)를 첨부하십시오. 기타 필요한 첨부 서류는 주소지의 시구청촌 사무소 또는 연금 사무소에 문의하십시오.

## ● 마이넘버를 사용해 신청할 때 필요한 서류

- 본인이 사무소에서 신청서를 제출할 경우 마이넘버카드(개인번호카드)를 제시해주십시오.
- 카드를 소지하고 있지 않는 경우는 다음의 (1)과 (2)의 서류를 제시해주십시오.
- 우송으로 신청서를 제출하는 경우 마이넘버카드의 앞뒷 양면을 복사해 첨부하십시오.
- 카드를 소지하고 있지 않는 경우는 다음의 (1)과 (2)를 복사해 첨부하십시오.

(1)마이넘버를 확인할 수 있는 서류 :

마이넘버 통지카드, 개인번호를 표시하고 있는 주민표의 복사본

(2)신분증명서 : 운전면허증, 여권, 제류카드

## 신청서 제출 방법 및 제출처

이 신청서를 주소지의 시구청촌 사무소 또는 연금 사무소에 제출하십시오. 우편 제출도 가능합니다. 자세한 내용은 주소지의 시구청촌 사무소 또는 연금 사무소에 문의하십시오.

## 뒷면에 있는 신청서 가입 예를 참조하십시오

# 신청서 기입 방법

## 기입 예

신청일(yyy/mm/dd), 신청일 시점의 주소, 본인 이름(여권에 기재된 알파벳 표기)을 기입해 주십시오.

12 자릿수의 마이넘버(개인번호) 또는 10 자릿수의 기초연금번호를 ①에 기입하십시오. (기초연금번호는 왼쪽 칸부터 기입하십시오.) 기초 연금 번호는 왼쪽 칸부터 기입하십시오.

③에 본인의 이름, ⑤에 배우자의 이름, 세대주가 상기의 2 명과 다른 경우는 ⑦에 세대주 이름을 각각 기입하십시오. (근년도: 본의 면제유예를 신청하는 경우는 현재의 정보를 기입하십시오. 전년도분을 신청할 경우에는 신청 기간 말일 시점의 정보를 기입하십시오. 즉, 2019 년도의 면제를 신청하는 경우 2020년 6 월 시점의 이름을 각각 기입하십시오.)  
· 세대주(일반적으로 가족 중에서 주된 수입원이 되는 사람)는 주민표에 등록되어 있는 세대의 세대주입니다.

본인, 배우자, 세대주가 신청 연도의 전년 12 월 말일 시점에서 16 세 이상 18 세 이하의 부양가족이 있는 경우는 ⑩에 정보를 기입하십시오.  
첫 번째 줄에는 본인정보, 두 번째 줄에는 배우자 정보, 세 번째 줄에는 세대주 정보를 기입하십시오.  
예를 들면, 세대주에게 부양가족이 한 명 있는 경우 3 번째 줄의 세대주와 "아기(있음)"에 동그라미를 표시하고 오른쪽 ( )에 인수를 1로 기입하십시오.

면제 및 유예를 계속 희망하는 경우에는 기본적으로 매년 7 월에 신청해야 합니다. 단, 다음 해의 수속을 하기 위해 ⑨에 본인의 의사를 표시하십시오.  
1. 이면 본인의 직역 면제 및 유예 신청이 승인된 후 다음 연도에도 해당 자격이 있다고 인정될 경우, 다음 연도에도 계속 전역 면제 및 유예를 신청하겠습니까? 희망하지 않으면 1 의 "希望しませんが" (희망하지 않는다)에 동그라미를 표시하십시오.  
2. 또 "이번 유예가 승인된 후 다음 연도에도 전역 면제 기준에 해당될 경우, 다음 연도에는 전역 면제를 희망하시겠습니까? 희망하지 않으면 2 의 "希望しませんが" (희망하지 않는다)에 동그라미를 표시하십시오.  
지세한 것은 연금 사무소 또는 시구정촌 사무소에 문의하십시오.

국민연금 보험료 면제 유예 신청서의 기입 예를 주의 깊이 읽으십시오. 신청자 본인이 기입하는 부분은 붉은 글씨로 표시되어 있습니다. 일본어 또는 영어(알파벳 표기)로 기입하십시오. 숫자는 아라비아 숫자로 기입해 주십시오. 필요한 정보가 없거나 불충분한 경우에는 신청서를 반송해 일본어 기재를 부탁하는 경우가 있습니다. 그러한 경우 수속이 지연될 수 있습니다.

이 용지의 첫번째 칸은 본인이 피보험자로서 면제유예를 신청하고자 하는 의사를 표시하기 위한 것입니다. 또한 본인, 배우자의 세대주에 관한 정보가 사실이며 누락이 없음을 확인하고, 이 신청에 대한 필요한 조사를 위해 수임을 포함한 개인정보의 사용을 일본 연금 기구와 시구정촌 사무소에 위임하는 것을 승낙하기 위한 것입니다.

### 국민연금 보험료 면제 유예 신청서입니다.

4 5 1 3 1 5

氏名: Teoyoto, Suginami-ku, Takaido Nishi, 1-2-3  
本人 이름: JOHN DOE

1. 本人의 직역 면제 유예 신청	2. 유예 신청 연도	3. 유예 신청 기간
신청	2020	1년

1. 全額免除  
2. 半額免除  
3. 4分の0免除  
4. 半額免除  
5. 4分の1免除

1. 全額免除  
2. 半額免除  
3. 4分の0免除  
4. 半額免除  
5. 4分の1免除

本人情報

1. 氏名	JOHN DOE
2. 生年月日	1990 10 1
3. 性別	男
4. 国籍	USA
5. 現住所	東京都目黒区目黒1-2-3
6. 電話番号	080 XXXX XXXX

配偶者情報

1. 氏名	JANE DOE
2. 生年月日	1990 10 1
3. 性別	女
4. 国籍	USA
5. 現住所	東京都目黒区目黒1-2-3
6. 電話番号	080 XXXX XXXX

世帯主情報

1. 氏名	JAMES DOE
2. 生年月日	1990 10 1
3. 性別	男
4. 国籍	USA
5. 現住所	東京都目黒区目黒1-2-3
6. 電話番号	080 XXXX XXXX

扶養家族情報

1. 氏名	JOHN DOE
2. 生年月日	1990 10 1
3. 性別	男
4. 国籍	USA
5. 現住所	東京都目黒区目黒1-2-3
6. 電話番号	080 XXXX XXXX

申請内容

1. 申請年次	2020
2. 申請期間	1年
3. 申請理由	希望しませんが
4. 備考	

申請者: JOHN DOE (2020年4月1日現在)

본인의 전화 번호를 ②에 기입하십시오. 전화번호는 1.지역, 2.후대 전화, 3.직장, 4.기타 전화중 해당되는 곳에 동그라미를 하십시오.  
④에 생년월일(yyy/mm/dd)을 기입하십시오. 또 ⑤에 배우자의 생년월일을 기입하십시오.

본인, 배우자, 세대주가 신청 연도의 1 월 1 일 시점에 일본 국외에 거주했다면 ⑥에 국가명을 기입하십시오. 예를 들면, 본인이 2020 년 7 월 1 일에 2020 년도분을 신청할 때 일본에 거주하고 있었지만, 2020 년 1 월 1 일 시점에 미합중국에 거주했다면 본인의 이름과 "미합중국"이라고 기입하십시오. 신청 시점에(전년도분을 신청하는 경우 그 신청 연도의 6 월 말일 시점) 배우자가 일본내에서 본인과 다른 주소로 주민표를 작성한 경우 배우자의 개인번호를 기입하십시오.

본인의 면제 및 유예를 희망하는 연도(4 자리 숫자)를 기입하십시오. 신청 연도는 7 월~다음 해 6 월까지입니다. 예를 들면, 2020 년도는 2020 년 7 월부터 2021 년 6 월까지입니다. 전년도는 신청일부터 25 개월전까지 소급 신청할 수 있습니다. 단, 해당되는 25 개월 기간 중 이미 보험료가 납부된 달이 있으면 납부된 보험료는 면제되지 않습니다.

본인, 배우자, 세대주가 퇴직하며 면제를 신청할 경우에는 퇴직한 다음날의 날짜(yyy/mm/dd)를 기입하십시오. 즉 실업 기간의 첫날을 ⑨에 기입하십시오. 첫 번째 줄에는 본인정보, 두 번째 줄에는 배우자 정보, 세 번째 줄에는 세대주 정보를 기입하십시오. 근로기간 동안 고용 보험에 가입된 경우는 ⑩의 우측 있는 "아기(있음)"에 동그라미를 하고 보험가입에 관한 증명서류를 첨부하십시오.